

Рассуждаем о половом воспитании

1. Как в школе преподается половое воспитание?

За всю историю советского и российского образования попытки ввести уроки, где дети могли узнать о безопасности половой жизни, оборачивались лишь провалами, скандалами или превращались в пародию на себя самих.

В начале 1980-х в советских школах ввели курс «Этика и психология семейной жизни» — ведь именно тогда человечество узнало про СПИД. Как правило, эти уроки вели учителя биологии и воспринимали их как лишний час нагрузки по предмету.

В 1991 году появилась Российская ассоциация «**Планирование семьи**», в задачи которой входило сексуальное просвещение, в том числе — обучение родителей и учителей в вопросах полового воспитания детей.

Можно сказать, что первые шаги навстречу половому ликбезу были сделаны — прежде всего, в школах. И именно в школах признали, что у человека кроме общественной жизни есть еще и жизнь личная, семейная, и о некоторых ее аспектах желательно узнать не после замужества или женитьбы, а в подростковом возрасте.

Сегодня половое воспитание введено в обязательную школьную программу и ведется в рамках предмета «Основы безопасности и жизнедеятельности», на уроках биологии, физкультуры. Задача школы — обучение учащихся здоровому образу жизни.

Социологический опрос, проведенного специалистами института психофизиологии г. Москвы показал, что подростки, отвечая на вопрос «Кто должен заботиться о репродуктивном здоровье подростков, их половом просвещении?», на первое место поставили ответ «сами школьники» (60,8%), далее — «родители» (45,6%). Лишь четверть подростков рассчитывают узнать нечто ценное из школьной программы и в самую последнюю очередь ожидают подобного просвещения от педагогов. Мнения родителей кардинально отличаются от мнений подростков. В то же время родители считают, что половое воспитание детей — это прежде всего их обязанность (80,3% ответов), и только (41,7%) возлагают ответственность на школу. Таким образом, родители отводят себе главную роль в половом воспитании, а подростки рассчитывают в основном на себя.

При этом родители **не чувствуют себя уверенно**, когда дело касается бесед об интимных вопросах. 98% отвечавших родителей выразили желание получить помощь специалиста для бесед со своим ребенком. Такая неподготовленность объясняет реальную ситуацию: только 10% опрошенных подростков ответили, что первую информацию по вопросам пола они получили от родителей**. Как пишет Игорь Кон: «Информация столь

интимного свойства, если ее сообщает близкий человек, создает напряженное эмоционально-эротическое поле, в котором неловко чувствуют себя и родители, и дети. Не только родители чувствуют себя неуютно при разговорах на половые темы, но и подростки предпочитают получать эту информацию каким-то иным путем, беседа с родителями на эти темы их смущает и шокирует»***.

Кто, если не родители?

Конечно, родители в любом случае – первые по времени и главные воспитатели. С момента рождения ребенка все, что делают и не делают, о чем говорят и умалчивают родители, формирует его личность. Отношения родителей между собой, с ребенком и с другими задают образец, который потом будет проявляться в его поведении. Пример родителей во всех вопросах, начиная от того, как они общаются друг с другом и с ребенком, и заканчивая тем, какой образ жизни они ведут, какие ценности и убеждения разделяют, имеет первостепенное значение для усвоения ребенком норм мышления и поведения. Хорошо, если семья дает положительный пример, если родители вовремя и деликатно объясняют ребенку все сами, берут на себя формирование здорового образа жизни детей.

2. Кому лучше это делать маме или папе или же на семейном совете?

Как общаться об интимном?

- **Важно, чтобы разговор с подростком проводил родитель одного с ним пола.** Иначе это может вызывать у ребёнка очень много смущения. Из-за которого он может отказываться от диалога. В случае когда нет такой возможности, пробуйте поэтапно что-либо рассказывать. Когда он привыкнет и возникнет доверие, сможете перейти к более открытому разговору.
- **По поводу темы о гормональной перестройке, предоставьте не только информацию, а научите, как правильно обходиться с изменениями.** Поддержите дочку, выберите необходимые средства гигиены во время месячных и научите ими пользоваться. Мальчишек, во избежание чувства стыда перед родителями, научите менять и стирать постель самостоятельно. Покажите, как безопасно бриться. Какой бьютигальтер выбирать, какое бельё необходимо для комфорта и здоровья.
- **Посмотрите вместе фильмы о любви, обсудите их.** При этом дайте возможность подростку высказать своё мнение. И ни в коем случае не критикуйте его. Он только учится, у него нет опыта, по сравнению с вами. Лучше поделитесь своей историей отношений, ошибками и их последствиями. Как вы справлялись с ними, проживали сложные моменты.

- **Научите заявлять о своих границах, о том, что им не нравится или не хочется.** Пусть поймёт, что отказать и сказать «мне это неприемлемо» — нормально и правильно. Никто не имеет права заставлять их игнорировать себя ради того, чтобы угодить. Из-за страха отвержения они могут наделать много глупостей. Учите уважать себя и принимать такими, какие они есть.
- **Приучайте к тому, что влюблённость не должна заменять все в их жизни.** Обучение в школе, обязанности дома и посещения кружков не должны игнорироваться. А в отношениях важно уметь уважать другого, заботиться о нём. Проявлять нежность, поддерживать и слушать.
- **Не реагируйте злостью или обидой, если при разговоре ребёнок смеётся и шутит.** Он не обесценивает ваши попытки, а пытается справиться со своей неловкостью. Таким образом, происходит разрядка.

О чём нужно рассказывать

В первую очередь вы должны рассказать ребёнку о том, как защитить и сохранить своё здоровье. А также здоровье будущего партнёра. Выберите подходящее время и обязательно поговорите на такие темы, как:

- **Физиологическое строение их половых органов.** Может возникать много смущения и напряжения, но все же старайтесь называть все органы соответствующими терминами. Не нужно придумывать ласкательные имена, ребёнок должен знать достоверную информацию о строении своего тела. Расскажите о функциях каждого органа, для чего он создан природой.
- **Половое созревание.** Предоставьте информацию о процессах, которые происходят в их организме. Им будет намного легче сталкиваться с изменениями, когда они будут знать, что это нормально. Что это происходит со всеми, только у кого-то начинается раньше, у кого-то позже.
Девочкам подробную информацию о менструациях, о том, что может изменяться грудь. Начнут расти волосы в интимных зонах. Мальчикам важно знать о возникновении ночных поллюций. О том, что порой будут испытывать возбуждение и эрекцию. Начнёт «ломаться» голос и также появится растительность как в интимной зоне, так и на лице.
- **Гигиена.** Вроде и так понятно, дети давно приучены к гигиене. Но сейчас можно подробнее рассказать о заболеваниях, которые возникают при несоблюдении чистоты. Важно менять ежедневно белье и регулярно правильно подмываться. Порой даже злоупотребление мытьём может привести к воспалительному процессу у девочек. Редкое подмывание грозит мальчишкам инфицированием смазки, которая скапливается под

крайней плотью. И со временем это может вызвать её сужение, которое называется фимоз.

- **Венерические заболевания.** Какие признаки при возникновении инфицирования, последствия. Расскажите о том, какие врачи занимаются диагностикой. Какое может назначаться лечение. Им важно знать о последствиях необдуманного поступка. Что это может привести к колоссальным изменениям их организма. Что лечение может занимать очень длительный период. А такие заболевания, как ВИЧ и СПИД остаются на всю жизнь. И требуют постоянного поддержания иммунной системы с помощью медикаментов.
- **Методы контрацепции.** Расскажите существующие способы контрацепции и защиты не только от заболеваний, но и от нежелательной беременности. Покажите, как правильно пользоваться презервативом. В какую сторону выворачивать и как правильно одевать. Что нельзя открывать зубами во избежание его повреждения. А также нежелательно носить в кармане, иначе может протереться. Все эти нюансы очень важны, иначе защитные функции теряются.
- **Вредные привычки.** Подростки должны иметь представление о пагубном воздействии курения, алкоголя и наркотиков на их организм. Что это вызывает привыкание. Очень влияет на здоровье будущих детей. Может менять их сознание и разрушать здоровье.

Половое воспитание детей и подростков требует порой колоссальных усилий. Но они оправданы. Благодаря своевременной информации ваш ребёнок научится строить гармоничные отношения с противоположным полом. По статистике, дети, с которыми родители говорили о сексе, меньше были подвержены венерическим заболеваниям и нежелательной беременности. Если вам удался разговор, со временем вы будете к нему возвращаться. Потому что ваш ребёнок будет чувствовать поддержку и обращаться за опытом с новыми вопросами.

3. Какие книги можно рекомендовать в помощь родителям?

«Что происходит с моим телом» Линды Мадарас,

«Сексуальная энциклопедия» Сержа Монтаньи,

«Девчонкология» Мелисы Холмс и Триш Хатчисон,
энциклопедия «Откуда берутся дети»,

«Как я появился на свет?» Катерина Януш, (3до 8 лет),

Современная школьная энциклопедия «Человек»,

Я познаю мир «Раздел Медицина»,

Джерри Бэйли: «Мое тело меняется. Все, что хотят знать подростки и о чем стесняются говорить родители».

В России прогресса на пути развития сексуального образования не

наблюдается. И если подростки не получают подготовки, не находят в нужное время помощи в ответах на возникшие вопросы, они оказываются предоставленными самим себе. Оказавшись наедине с самим собой, подростки решают их методом проб и ошибок, подвергая угрозе свое физическое и нравственное здоровье.

Согласно ВОЗ «Сексуальное образование означает:

- во-первых, предоставление подросткам достоверной информации,
- во-вторых, - обучение основным жизненным навыкам, таким как навыки общения, критического мышления, способности к самосовершенствованию, способности принимать решения и брать на себя ответственность,
- в – третьих, воспитание позитивных установок и ценностей, например, самоуважение, открытости, доверия.

Сексуальное образование должно охватывать широкий круг вопросов, включая как биологические и физические аспекты сексуальности, так и социальные, эмоциональные аспекты.

И это задача не только родителей, но и государства в том числе.